

ACHTSAMKEIT

FRIEDEN



Gebetstunde für den Frieden 2021: zu Hause!

Die Kultur der Achtsamkeit als Weg zum Frieden

Freitag, 8. Januar 2021 um 19 Uhr

Gebet um Achtsamkeit



Herr, segne meine Hände,
dass sie behutsam seien,
dass sie halten können, ohne zur Fessel zu werden,
dass sie geben können ohne Berechnung,
dass ihnen innewohne die Kraft, zu segnen und zu trösten.

Herr, segne meine Augen,
dass sie Bedürftigkeit wahrnehmen,
dass sie das Unscheinbare nicht übersehen,
dass sie hindurchschauen durch das Vordergründige,
dass andere sich wohlfühlen können unter meinem Blick.

Herr, segne meine Ohren,
dass sie deine Stimme zu erhorchen vermögen,
dass sie hellhörig seien für die Stimme der Not,
dass sie verschlossen seien für den Lärm und das Geschwätz,
dass sie das Unbequeme nicht überhören.

Herr, segne meinen Mund,
dass er dich bezeuge,
dass nichts von ihm ausgehe, was verletzt und zerstört,
dass er heilende Worte spreche,
dass er Anvertrautes bewahre.

Herr, segne mein Herz,
dass es Wohnstatt sei Deinem Geist,
dass es Wärme schenken und bergen kann,
dass es reich sei an Verzeihung,
dass es Leiden und Freude teilen kann.

Lass mich DIR verfügbar sein,
mein Gott, mit allem, was ich habe und bin.

St. Martin 4. Jahrhundert
Antje Sabine Naegeli 1948
Gotteslob 13.3

**betet am Freitag, 8. Januar 2021 um 19 Uhr zu Hause gemeinsam mit der Familie, mit Freundinnen und Freunde.
Hängt das Bild in eines Eurer Fenster!
Wir wünschen Euch ein friedliches 2021 und bleibt Gesund!**